1. ప్రాణ మనస్సులు ఎక్కడి నుంచి పుడుతున్నాయో, ఎక్కడ లయిస్తున్నాయో, ఆ స్థానం పేరు 'హృదయము' అని పెద్దలు నిర్ణయం చేశారు.

ప్రాణాన్ని గాని, మనసుని గాని విచారణ చేస్తూ లోపలికి వెళ్ళినట్లయితే, ఎక్కడ ప్రాణ మనస్సుల యొక్క కదలికలు ఆగిపోయినాయో, ఆ స్థానం పేరు హృదయస్థానము.

2. నేను ఆత్మను, నేను సంపూర్ణుడను, నేను పొందవలసినది కానీ, కోల్పోవునది కానీ ఏమీ లేదు అన్న గ్రహింపు, గుర్తింపు వలన మాత్రమే, ఈ జనన మరణ చక్రము నుండి, ఈ కోరికల విషయ వలయము నుండి బయటపడతాము. కానీ, కోరికలు తీర్చుకునే క్రమంలో దీనికి పరిష్కారము ఎప్పటికీ లభించదు.

3. బ్రహ్మనిష్ఠునికి అంతఃకరణము సుషుప్తి యందు యెట్లు ఉడిగి యున్నదో, జాగ్రదవస్థ యందు అట్లే ఉడిగి యున్నది. ఇంద్రియ వ్యాపారములన్ని ఉడిగివున్నవి కానీ వ్యవహరిస్తున్నవి.

చూచువారలకు చేయుచున్నట్లు కనబడుచున్నాడు కానీ స్వతహాగా తాను ఏమీ చేయుట లేదు. కర్మ శూన్యుడు.

4. సృష్టికి ఆరంభం సంకల్పమే కానీ, పదార్థం కాదు. శక్తి సమన్వయానికే సంకల్పమని పేరు. ఆ సంకల్ప సృష్టి గణాధ్యక్షుడు. ప్రథమ సంకల్పం గణపతి. నిస్సంకల్పంగా, సహజ నిర్వికల్పంగా ఉన్నటువంటి సదాశివుని యందు సంకల్పం కలిగించాలనే ప్రేరణతో గణపతి వచ్చాడు.

5. నీ లోపల ఉన్న దేవుడి పేరు పరమేశ్వరుడు. నీ బయట వున్న దేవుడి పేరు ఈశ్వరుడు. కాబట్టి పరమేశ్వరుని దర్శనం పొందాలంటే నీ లోపలే వెదకాలి. నీ లోపల ఉన్న పరమేశ్వరుని దర్శిస్తే, నీకు ఆత్మనిష్ఠ కలుగుతుంది. తన యందున్న పరమేశ్వరుని యందు నిమగ్నమై ఉండటమే ధ్యానం.

6. చిత్తవృత్తి తనదైన ప్రపంచాన్ని సృష్టించగలదు, అనుభవించగలదు, వ్యవహరించగలదు, నిర్ణయించగలదు.

ప్రయత్నానికి ఆధారం సంకల్పం, సంకల్పానికి ఆధారం చిత్తవృత్తి.

ఓటమిని అంగీకరించిన వారికీ చిత్తవృత్తే, ఎదిరించి పోరాడిన వారికీ చిత్తవృత్తే.

7. ఈ ప్రపంచములో దేనికీ నిన్ను బంధించే శక్తి లేదు. "ఇది నన్ను బంధిస్తున్నది, నేను దీనిలో మునిగిపోతున్నాను" అనేది కేవలము నీ భావన మాత్రమే! అలా భావించుటకు బదులు దానికి వ్యతిరేకమైన ఆచరణ చెయ్యి! అప్పుడు స్వేచ్ఛను కలిగి జీవించగలుగుతావు.

8. నీవు ఏ స్థితి యందు స్థిరమై ఉంటావో, జగత్తు నీకు ఆ స్థితి యందే తోచును. "యద్భావం తద్భవతి". నీవు దివ్యత్వంలో ఉంటే, చుట్టు పక్కల వారిలో కూడా దివ్యత్వాన్నే దర్శిస్తావు. దివ్యజీవనము గల సాధుపురుషుల ద్వారా ఎవరిలోనైనా దివ్యత్వాన్ని మేల్కొల్పవచ్చు.

9. ఏ సూచన ఎంతవరకు సరిపోతుందో తెలిసి చెప్పేవాడు దేశికుడు. ఆయనలో వెలువడిన చైతన్య తరంగాలు, శిష్యునిలో పంచకోశాలలో ఉన్న మాలిన్యాలు తొలగించ గలిగేంత వరకు గురువు సాధన చెయ్యాలి. గురు శిష్య ఐక్యతా సిద్ధి లేకుండా మౌనవ్యాఖ్య సాధ్యము కాదు.

10. సాధకులు ఎవరికివారు ప్రతిరోజు తమ అనుదిన జీవన విధానమును పరిశీలించుకుంటూ ఉండాలి. ఒక పగలు ఒక రాత్రి గడిచిపోయింది. నేను ఏమి సాధించాను? నేను ఏమి అధ్యయనం చేశాను. సాక్షిత్వములో ఎంత వరకు నిలువగలుగుతున్నాను? విషయ పరవశత్వము నుండి ఎంత వరకు బయట పడగలిగాను? కర్తగా లేకుండా కర్తవ్యనిష్ఠను ఎంతవరకు ఆచరించ గలిగాను? అనుభవములో భోక్తగా మునిగిపోకుండా ఎంతవరకు ఉండగలుగుతున్నాను? ఇలా పరిశీలించుకోవడం అలవడాలి.

11. మనలో అంతః సంఘర్షణ నిత్యమూ జరుగుతూనే ఉంటుంది. బుద్ధి ఒక పక్షము వహిస్తుంది, మనసు ఒక పక్షము వహిస్తుంది. నీవు దేనికీ ఓటు వేయక సాక్షిగా చూస్తూ, ఊరక ఉన్న యెడల, ఎక్కడ నుండీ అయితే సంఘర్షణ పుట్టిందో, అక్కడే సమసిపోతుంది.

12. ధ్యాన యుక్తమైన జీవితం అంటే, కళ్ళు మూసుకుని ఒక ప్రదేశంలో కూర్చోవటం కాదు. పరిస్థితులకు చలించకుండా శాంతంగా ఉండే మనసు, ఉన్నవిషయమును యథాతథంగా చూడగలిగే మనసు, స్థిరంగా ఎక్కువ సేపు చికాకు పడకుండా నిలువగలిగే మనసు మాత్రమే ధ్యానానుకూలంగా వుంటుంది.

13. సృష్టి, స్థితి, లయ, తిరోధాన, అనుగ్రహములను పంచకృత్యముల యందు అపేక్ష లేని వారు నిరతిశయానందమగ్నులు. మానవుడనేవాడు కేవల కుంభకములో ఉండాలి. పంచకృత్యముల యందు అపేక్ష లేకుండా వుండాలి.

14. ప్రతి ఓంకారానుసంధానానికి నాభి వెనక్కి వెళితే ఏమౌతుంది? నీలో ఉన్న హంస గమనం మారుతుంది. హంస యొక్క గమనం ఊర్ధ్వగతిని అందుకుంటుంది. ఊర్ధ్వగతిని అందుకున్న ఫలితం చేత, నీకు ప్రజ్ఞ యొక్క ఉత్తమగతికి సంబంధించిన క్షేత్రములు తెలియబడుతాయి.

15. పూర్ణబోధని అందించగల గురుమూర్తి, అందుకోగల అర్హుడైన శిష్యుడు తారసపడటమే సృష్టిలో అత్యంత అద్భుతమైన సంఘటన. శరణాగతి పొంది, గుర్తించి వర్తించేవాడు, ఫలానా సాధన చేయలేదు అనే సాధన ఎక్కడా మిగలదు.

16. సాధకుడైనవాడు ప్రతిక్షణం చేయవలసిన సాధన, అభ్యాసం ఏమిటంటే.... కర్మవశాత్తు కలిగే ప్రతీ ఆలోచన, ప్రతీ చేత, ప్రతీ ఫలము నందు - కర్మ వశాత్తు వున్నానా? జ్ఞాన లక్షణంతో వున్నానా? అనే పరిశీలన ఎవరైతే చేస్తారో, వాడు సాధకుడు.

17. సాధకులందరూ భగవద్గీత నందలి పురుషోత్తమ ప్రాప్తి యోగాన్ని బాగా చదివి జీర్ణం చేసికొని, ఆ భావాలతో జీవించాలి. నిస్వార్ధ సేవ, నిష్కామ కర్మ, నిర్వృత్త మానసం, నిరాలంబ

స్థితి. భావనామయ ప్రపంచానికి లొంగనివాడై, కూటస్థ స్థితి యందు నిలకడ చెందినవాడై, ఇచ్ఛా నిర్ణయములు లేక వుండాలి.

18. దానము, కర్తవ్య నిర్వహణ యమనియమాలు శ్రేష్ఠ వ్రతములు. ఇవన్నీ మనసును శాంతింప చేస్తాయి. మనసును నీ యథార్థమైన ఆత్మ స్థితి యందు లీనం చేయడమే సర్వోత్తమమైన యోగం.

19. 'పదార్థములోనే సుఖమున్నది' అని భావించి, జీవించుచున్నంత కాలము, నేను చైతన్యమును అనే భావనలో జీవించలేవు. వైరాగ్య భావనతో దీనిని ఖండించు. అనురాగం లేకుండా వుండటమే వైరాగ్యము.

20. నేను, భగవంతుడు వేరనే భావనతో చేసేవి ఉపచారములు. నాకన్నా వేరుకాదనే భావనతో చేసేవి శుశ్రూషలు. అభేదత్వ సిద్ధిని పొందాలి అంటే, అంగ-స్థాన-భావ-ఆత్మ శుశ్రూషలు ఆంతరికంగా చేయాలి.

21. వ్యష్టిలో భావమే భాష అయ్యింది. వెనుకకు విరమిస్తే అభావమయ్యింది, నిర్వాణమయ్యింది. సమిష్టిలో సంకల్పమే వ్యాపకమై, బ్రహ్మమయ్యింది. విరమిస్తే నిర్వికల్పమై పరమయ్యింది, బ్రహ్మనిర్వాణమయ్యింది.

22. ప్రణవ నాదాన్ని నిరంతరాయంగా చేసేవారు, శక్తిని స్వీకరించగలిగే శక్తి, సామర్థ్యాలను కలిగి వుంటారు. సామూహికముగా సాధన చేసేటప్పుడు ఒక శక్తి క్షేత్రం ఏర్పడుతుంది. అది అందరికీ సమంగా పనిచేస్తుంది.

23. మనం పరమాత్మను, గురువును ఎలా అనుసరించాలి అంటే, శ్వాస ఎలా అయితే జీవిత కాలం నిన్ను అనుసరిస్తోందో, అలా నీవు క్షణకాలం కూడా విడువక గురువును, పరమాత్మను అనుసరించాలి.

24. రోజూ నిద్ర పోయేటప్పుడు, ఆ నిద్ర సమాధి నిష్ఠగా నిద్రపోతున్నానా? అని సరి చూసుకుంటున్నామా?

నిద్ర ఎలా పోవాలి? సమాధి నిష్ఠుడినై నిద్ర పోవాలి.

శవాసనంలో పడుకున్నాము కదా, అని విషయంగా నిద్రపోకూడదు.

విషయంగా నిద్రపోతే సాధన కాదు అది.

25. వ్యవహారంలో సత్వగుణం ఉండాలి. అంతరంగంలో సాక్షిత్వం ఉండాలి. అప్పుడే అది సాధన అవుతుంది. అవస్థాత్రయ సాక్షిత్వాన్ని సాధించడానికి మనోజయం అని పేరు.

26*. శరీరానికి ఆసనము, హిత-మిత ఆహారము. ప్రాణానికి సమస్థితిలో ప్రాణాయామము. మనస్సుకి జపము. బుద్ధికి ధ్యానము. చిత్తానికి ఆత్మవిచారణ. అహంకార నిరసనకు వైరాగ్యము. ఆత్మనిష్ఠకు తీవ్రమోక్షేచ్ఛ, శరణాగతి.

27. 'త్వమేవాహం' - నేను, ఈశ్వరుడు ఒక్కటే! అవసానము నందు చిన్మాత్రుడవై, శివమూని వుండు. శివమూనటం అంటే, ఈ నామరూపాలకు సంబంధించిన జ్ఞాపకాలన్నీ తుడిచి పెట్టుకుపోయి, "ఆ సచ్చిదానంద శివమే నేను" అని శివమూని ఉండు.

28. మరపే అవిద్య, మోహం, బంధం, జీవుడు - అన్నీ మరపే. ఎపుడూ కూడా ఆ మరపే రాకూడదు. నీ పేరు నీకు ఎలా సహజమయ్యిందో, అలా "ఈశ్వరుడే నేను" అనేది సహజమవ్వాలి. నిత్య వర్తమానములో ఉన్నప్పుడు... మరపు పనిచెయ్యదు.

29. ఇచ్ఛాశక్తి, క్రియాశక్తి, జ్ఞానశక్తులతో పరిమితించబడ్డవాడు జీవుడు. ఇచ్ఛా, క్రియా, జ్ఞాన శక్తులను తన ఆధీనములో ఉంచుకున్నవాడు ఈశ్వరుడు.

30. సర్వవ్యాపక ప్రకాశములో నిలకడ చెందటమే జ్ఞానోదయము. అదే నిర్వాణము. ఇలా నిర్వాణ స్థితి యందు నిలకడ చెందిన సాధకులు, తురీయములో ప్రవేశించటానికి, ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందటానికి అధికారిత్వము, అర్హతను పొందుతారు.

31. మమత్వం వదులుకోవాలనే దీక్ష కావాలి. వైరాగ్యం సంపాదించడానికి పట్టుదల నిలుపుకోవడానికి ధీరత్వము కావాలి. కొండల మీద ఉన్న దేవుడిలా ప్రపంచంతో సంబంధము లేకుండా ఉదాసీనముగా ఉండమని ప్రకృతి బోధిస్తోంది.

32. నీకు ఎప్పుడైనా బాధ కలిగిందీ అంటే, దృశ్యముతో సంబంధము ఏర్పడినదని అర్థము. వెంటనే "నేను ఆత్మ స్వరూపుడను" అను భావనను స్ఫురణలోకి తెచ్చుకో! ఇలా చూడటమే తత్త్వజ్ఞాన దృష్టి లేక సాత్విక దృష్టితో జీవించుట అనబడుతుంది.

33. ఏ పని అయినా, ఆలోచన అయినా, స్పందనైనా, ప్రతిస్పందనైనా, మనసు ఆత్మయందు లయం చెందడానికి అడ్డురానంత వరకే అనుమతించాలి.

34. 'దుఃఖానుభవం' ఉందీ అంటే, తప్పనిసరిగా దాని వెనుక 'అహం' ఉంటుంది. దాని వెనుక 'అజ్ఞానం' ఉంటుంది. ఎవరికైతే దుఃఖం నిశ్శేషముగా పోయిందో, వారే జీవన్ముక్తులు.

35. ఏది విచక్షణ, ఏది సత్యం, ఏది అసత్యం, ఏది నిర్ణయం, ఏది కాదు.... ఏది ఎలా చేయాలో నీకు మార్గదర్శకత్వం లోపలి నుంచీ అంతఃస్ఫురణ ద్వారా నీ అంతరాత్మ తెలియజేస్తుంది.

36. "యోగరీతులు పలు తెరగులు, తరచిచూడ సుజ్ఞాన మొక్కటే తరియించు దారి", "తన్ను తానెరిగిన భోగి కాదు, యోగా కాదు, కర్త కాదు, దృశ్యము కాదు, ద్రష్ట్ర రహితము. సర్వదృగ్రహితమైన తానే లేదు. అచలము, సనాతనము.

37. బ్రహ్మనిష్ఠుడు అంతరంగంలో తాను బ్రహ్మమనేటటువంటి నిష్ఠను విడవలేదు. బహిరంగా వ్యాపారంలో కర్తవ్యాన్నీ విడవలేదు. బ్రహ్మజ్ఞాన నిష్ఠలో కర్మే వుంది. బ్రహ్మనిష్ఠుడికి కర్మవేరు, కర్మఫలం వేరు కాదు. రెండూ ఒక్కటే!

38. ప్రపంచాన్ని ఒక్కసారి శ్రద్ధగా పరిశీలించు. అన్ని పాత్రలూ తాత్కాలికమే. నిత్యమైన సత్యవస్తువు ఎప్పుడూ నిర్వికారంగా నిలచి వుంటుంది.

39. ఈశ్వరుని పాదముద్రలను ఆశ్రయించటం కోసమని శిరస్సు వంచి, అహమును విడనాడి, "నేను నా నేనును పోగొట్టుకొనుటకు సిద్ధపడి వున్నాను" అని చెప్పటమే శఠగోపమును స్వీకరించుట కర్థము.

40. సంకల్పమునకు వెనుక ఉన్న బలం జ్ఞానము, శక్తి. అవి ఉడగటానికి 'మౌనం' అని పేరు. నిర్గుణం..... సంకల్పం వలననే సగుణమయ్యింది.

41. "నేను, నేను" అను దానిని నిరసించటం నేర్చుకోవాలి. 'నేను సాక్షి'ని, 'నేను సాక్షి'ని అని నిలబడి వుండి, ఎన్ని వచ్చినా, అన్నింటినీ నిరసిస్తూ వచ్చేస్తే, చివరకు కేవల సాక్షి మిగులుతుంది. ఆ కేవల సాక్షియే బ్రహ్మము.

42. చైతన్య రూపంలో శిష్యుడిలో ఎలా ప్రవేశించాలో తెలిసిన వాడే గురువు. ఉపదేశము వలన గురు శిష్య ఐక్యతా సిద్ధిని పొందాలి.

43. నిన్ను నీవు అణువు కంటే సూక్ష్మమైన స్థానానికి తగ్గించుకుని, సద్గురు బోధని ఆశ్రయించి జీవించాలి. వారి హృదయాంతర్గత స్థితిలో, దైవీప్రణాళిక ఎలా నర్తిస్తుందో చూసి, ఆ ప్రణాళికలో నీవు భాగం కావాలి.

44. చిత్త శూన్యములో ఏర్పడినటువంటి ప్రజ్ఞ పేరు నిర్వాణ ప్రజ్ఞ. చిత్తము వృత్తిశూన్యము అవ్వటమే నిర్వాణము. అట్టి స్థితిలో ఏర్పడినటువంటి, తెలిసినటువంటి తెలివి ఏదైతే ఉందో దాని పేరు ప్రజ్ఞ.

45. నేను కేవల ప్రకాశ రూపుడను. తేజోరూపముగా ఉన్న సృష్టియందంతటా వ్యాపకమై ఉన్నాను. సర్వ సృష్టి తేజోరూపముగా, నా యందు అంశీభూతమై ఉన్నది. నేను కేవల ప్రకాశ రూపుడను.

46. ఒక వస్త్రములోని అడ్డదారములను, నిలువు దారములను తీసివేసిన, వస్త్రము లేని విధముగా, సూక్ష్మ శరీరములోని ఆకర్షణలను ఒక్కొక్క దానిని పరిష్కరించుకొని, ఏమీ లేకుండా చేసుకోవాలి.

47*. రాత్రి అనేది అజ్ఞానానికి గుర్తు, పగలు జ్ఞానానికి గుర్తు. గురువు పగలు, రాత్రి ఎల్లప్పుడూ సాక్షిగా వుంటాడు. ఎప్పుడైతే శిష్యుడు కూడా అదే స్థితిని పొందుతాడో... ఇక ప్రశ్నలు లేవు. అంతా సమాధానమే!

48. దేహభావనతో జీవించినంత తేలికగా ఆత్మభావంలో జీవించే అభ్యాసం రావడం లేదు. ఎందువల్లనంటే ఇంతకాలం దేహభావనకే బలం ఎక్కువ చేకూర్చాము కాబట్టి. ఇప్పుడు ఆ బలాన్ని నిరసించాలి.

49. బయలు స్థితిలో మేల్కొనగానే, పరశివస్థితిలో మేల్కొనగానే ఎఱుక వెలతెలపోతుంది (వివర్ణత్వమునొందుతుంది). పాడ్యమి చంద్రునివలే గురుకరుణచే మూలాప్రకృతి అనే అఖండ ఎఱుకని అధిగమించే నిర్ణయాన్ని పొందాలి.

50. శరీరం వస్తుంది, పోతుంది. కానీ నీవు పోవు. సృష్టి సామాన్యధర్మంగా రాకడ, పోకడ ఉంది. ఈ రావడానికి పోవడానికి ఆధారమైన స్థితిలో ఉన్నదానికి రాకడ, పోకడ ప్రభావము లేదు.

51. ఐదు వివేకములు తెలిస్తేనే బ్రహ్మమును నిర్ణయించగలరు.

1. నిత్యానిత్యవస్తు వివేకము

2. ఆత్మానాత్మ వివేకము

3. సదసద్వివేకము.

4. కార్యకారణ వివేకము

5. దృక్ దృశ్య వివేకము.

52. ప్రకృతే నీకు ప్రత్యర్థి. నీ శరీరంతో సహా అంతా ప్రకృతే. ఆ పోరాటంలో నువ్వు ఎదుగుతావు. తల్లి అయిన ప్రకృతితో పోరాడి పరమ పురుషుని దర్శనాన్ని నీవు పొందగలుగుతావు.

53. సచ్ఛిష్యులందరూ మానసికాశ్రయము ద్వారా దేశకాలములనే వాటిని ఉల్లంఘించి సద్గురువు నాశ్రయించే సమర్థులు కావాలి అంటే తప్పక తురీయ సంధ్యలో సాధన చెయ్యాలి.

54. సత్వగుణం - విషయం మీద కాంక్ష లేకపోవడం.

రజోగుణం - విషయం మీద కాంక్ష ఉండటం. వెంటనే స్పందించటం.

తమోగుణం - విషయం మీద కాంక్ష బలపడిపోవటం.

55. ఎప్పుడైతే నీ లోపలి నుంచి సాక్షిత్వానికి సంబంధించిన వాక్యాలు వినబడుతాయో, జ్ఞానానికి సంబంధించిన సమాధానాలే వస్తాయో, అప్పుడు నీ అంతరాత్మ మేలుకున్నదని అర్థము.

56. నిష్కామకర్మ వలన నీలోని రాగద్వేషాలు తగ్గుతాయి. వచ్చే ఫలితాలతో నీ మనస్సు చలించదు. ఇదే బుద్ధి యోగము. దీని వలన మనసు ధ్యానానుకూలముగా మారుతుంది.

57. 'ఈశ్వరుని యందు విశ్రాంతి స్థితికి ఈశ్వరుడిగా అవడానికి వెళ్తున్నావు' అదీ నిద్ర అంటే! ఆయన యందు సమాధినిష్ఠయే నిద్ర. అలాంటి భావంతో నిద్రకు ఉపక్రమించు.

58*. హరించటమే తన యొక్క పనిగా కలిగినవాడు హరి. కైంకర్య పద్ధతిగా సర్వమును, శూన్యమును హరించువాడు హరి. సృష్టికి ఆధారమైన స్థితి యందున్నవాడు హరి.

59. మహాకారణ స్థితిలో నిలకడగా చలించకుండా, మార్పు చెందకుండా ఉన్నది 'బ్రహ్మము'.

60. పాద నమస్కారం ఒక్కటి చాలు నిన్ను ఎత్తి ఆ గట్టున విసిరేయడానికి. ఆ బలాన్ని ఇవ్వగలిగేటటువంటి ఆశీర్వచనం అది. చరణాగతి వలన ప్రయోజనము లేదు, శరణాగతి ఉండాలి.

61. తనను తాను మార్చుకోవటానికి ప్రయత్నం చేసేవాడే వేదాంత పాఠానికి పనికి వస్తాడు. భోగిగా ఉన్నవాడిని యోగిగా మార్చలేము.

62. సత్సంగం మూడు రకాలుగా ఉపయోగపడుతుంది.

1. నీ బలహీనతలను పోగొట్టుకోవడానికి, 2. బలం పొందడానికి, 3. అధిగమించడానికి.

63. నాకూ ఈశ్వరునికీ భేదము లేదని అనుకోవాలి. నీకూ నాకూ భేదము లేదనే అభేద స్థితిలో ఉండటమే ఆరాధన. ఈ ఆరాధన ఆఖరిశ్వాసపుడు ఉపయోగపడాలి.

64. గాఢ నిద్రావస్థలో నేను ఉన్న స్థానం హృదయస్థానము. ప్రకాశమే నీ స్వరూపము. నీ హృదయ స్థానంలో ఉన్న ప్రకాశమే నీ రూపం, నీ గురువు, నీ దైవం.

65. సద్గురుమూర్తి మూర్తీ భవించిన సాదనా సముద్రుడు. నీ చైతన్య స్థానాన్ని నీకు అనుభూతం అయ్యేటట్లు చెయ్యటమే హస్తమస్తక సంయోగము.

66. బుద్ధిని ఆత్మయందు సంయమించాలి. ఆత్మ నుంచే బుద్ధి ప్రతిబింబముగా వ్యక్తమయ్యింది. బింబ ప్రతిబింబములు లేని స్థితిని పొందటమే ధ్యాన లక్ష్యం.

67. వివాహ వేడుకలో అరుంధతీ నక్షత్ర దర్శనం ఋష్యాశ్రమ సాంప్రదాయముగా జీవించి, ధృవమండలము వలె, కదలని స్థాయికి వెళ్ళమని సంజ్ఞా రూపక సూచన.

68. జ్ఞాన ప్రవాహములో మనల్ని మనము పోగొట్టుకునే పనిలో వుండాలి. "నేను లేనివాడను" అనటమే జ్ఞానము. 'నేనున్నాను' - అనేది అజ్ఞానము.

69. జననము మరణము అను చక్ర భ్రమణములోనికి దిగివచ్చుట అరిష్టము. సాలంబనమును వదిలి, నిరాలంబము నాశ్రయించినవాడే సన్యాసి.

70. దిక్కులనే అంబరము (వస్త్రము)గా ధరించినవాడు దిగంబరుడు. ఏది రోదసిని ధరించి ఉన్నదో అది అంతటా ఉన్నది. అతడు పరమాత్మ.

71. ఆఖరి శ్వాస 'నేను ఈశ్వరుడు' అనే భావముతో శరీరము వదిలిపెట్టు. తెలివి 'నేను ఈశ్వరుడను' అను అడ్రసులో ఉండాలి సదా!

72. జీవహంసలు, ఈశ్వర హంసలు ఏ శక్తి ఆధారముగా కదులుతున్నాయో అదే ప్రాణశక్తి. సాక్షిగా ఉంటే ఆత్మ. వ్యవహరిస్తే చైతన్యము.

73. నీ వద్దకు ఏది వచ్చినా కాదనక, ఈశ్వర ప్రసాదంగా స్వీకరించు. దేనినీ కోరికతో యాచించకు. అలా యాచించడం వల్ల నీ దివ్యస్థితిని కోల్పోతావు.

74. జగత్తుని భోగవస్తువుగా చూస్తే అది బంధకారకము. అదే జగత్తును ఒక సాధనా దృష్టతో చూస్తే ఒక ప్రయోగశాల అవుతుంది.

75. తన్ను తానెఱుగుట కన్నా తపమేమి యున్నది? తమము ఉడుగుట కన్నా తత్త్వమేమి యున్నది? తనువు అశాశ్వతమన్న తానౌను బ్రహ్మము.

76. ప్రత్యేకతను తీసివేసిన తరువాత ఏదైనా ఒక విషయాన్ని అనుభవించినా, అనుభవించకపోయినా జ్ఞాపకం బలంగా పడదు.

77*. కర్మవశాత్తు జీవించేటటువంటి సాధకుని, తత్త్వజ్ఞాన స్థితిలో నిలబెట్టగలిగేటటువంటి ఆశీర్వచనము.... శరణాగతితో కూడిన పాదనమస్కారము వలన ప్రాప్తించును.

78. నీవు ఏదై వున్నావో అది ఎలా వున్నావో, ఉన్నది ఉన్నట్లు తెలియచెప్పటమే ఉపదేశము. భావాభావ రహితమే పూర్ణము.

79. మోక్షమనే సాధమునకు సామాగ్రి - కర్మ, భక్తి.

ఉత్తమమైన సామాగ్రి భక్తి. భక్తిలో శరణాగతి వుంటుంది.

80. మనసు పది సార్లు చెప్తుంది. అంతరాత్మ ఒక్కసారి మాత్రమే చెప్తుంది. స్ఫూర్తి అంటే అర్థం ఇదే! ఆ స్ఫూర్తిని ఆధారం చేసుకుని జీవిస్తే, అదే జీవితం అయిపోతుంది.

81. నిద్రలో అతి భద్రముగా ఉన్నది, అతి గోప్యమైన విద్య.

82. పుట్టాను, పోయాను అనేవన్నీ భ్రమలే. నేను సనాతనుడను. స్థాణోః అచలం ధృవం. సత్యనేను పోగొట్టుకొన్నవాడికి అసత్య నేను లేనిది.

83. నీకున్న బంధమేమిటో నీకు అనుభూతికి వస్తే తప్ప, స్వేచ్ఛ కొరకు ప్రయత్నించలేవు.

84. బుద్ధి వికాసం పూర్తవ్వటమే మనవోపాధి యొక్క లక్ష్యం. ఆ బుద్ధి వికాసం పూర్తి కావాలంటే విచారణ, జ్ఞానం అనేవి అత్యవసరం.

85.ప్రాణమయ శరీరం నుంచీ విరమించి, నిదురలోనికి జారుకున్న పిల్లలు, అప్పటి వరకూ మోస్తున్న తల్లికి భారమనిపిస్తారు. కారణం.... వాడు మెలకువలో ఉన్నంతకాలమూ వాడి బరువును వాడి ప్రాణం మోసినది కాబట్టి.

86. తనువులో తాను ఉంటే - బంధం.

తనలో తనువు వుంటే - మోక్షం.

నాది అనడానికి ఏమీ లేకపోవడమే - సన్యాసం.

నేను అనడానికి ఏమీ లేకపోవడమే - నిర్వాణం.

87. తల్లి రూపంలో ఆహారాన్ని సిద్ధపరిచే, భగవంతుడు జీవిని పంపిస్తున్నాడు. జననం నుండి మరణం వరకు ఆహారాన్ని సృష్టించే, నిన్ను సృజించాడు. నీ శరీరమే నీ ఆశ్రయం. నీతోనే పంపాడు దానిని. కానీ ఆశ్రయాన్ని బయట వెతుకుతున్నాము.

88. షోడశోపచార పూజకు అర్థం - దేహంలో నువ్వుంటూ దేహం నీవు కాదని తెలుసుకోవడమే. నీలోని దైవత్వం, దివ్యజ్ఞానం తెలుసుకోమని చెప్పారు. ఈ పూజలో ఆత్మస్వరూపం పరమాత్మ అంశ. దేహం ప్రకృతి అంశ. కుమ్మరివాడు ఎప్పుడూ కుండకాదు.

89. ఖచ్చితంగా ఏర్పరచుకొన్న లక్ష్యం. ఆ లక్ష్యం చేరడానికి మనం ఎంచుకున్న మార్గం.... విసుగు, అలసట లేని నమ్మకంతో, పట్టుదలతో కూడిన ప్రయత్నం, మన విజయానికి తోడ్పడతాయి.

90. 'నాకేమి కావాలి?' అనే ప్రశ్నకు, "సద్గురు కృప మాత్రమే" అన్న సమాధానం రావాలి. సంకల్ప మాత్రమున ఏదైనా చేయగల సమర్థుడు సద్గురువు.

91. పరమాత్మ జీవుడికి చేసే మొదటి, చివరి సహాయం జంతువు శరీరంలోనుంచీ పరిణామం చెందించి మానవ ఉపాధి వచ్చేటట్లుగా చేయటమే!

92. విశ్వాసం ప్రార్థనకు పురికొల్పును. ప్రార్థన హృదయమును శుద్ధి చేయును. శుద్ధ హృయదంలో దివ్యజ్యోతి ప్రకాశించును.

93. తప్పనిసరిగా అంతర్ముఖ ప్రయాణాన్ని ఆరునెలల్లో పూర్తి చేయాలనే లక్ష్యంతో పూర్తి చేయాలి. చాతుర్మాస దీక్షకు అర్థం ఇదే!

94. "క్షేత్రజ్ఞుడిని" అనే నిర్ణయాన్ని పోగొట్టుకోకూడదు. లేచినప్పుడు, పడుకున్నప్పుడు, వ్యవహరించేప్పుడు, ఆ "క్షేత్రజ్ఞుడిని అనే నిర్ణయం"తోనే చెయ్యాలి. చేతిని ఉపయోగించమన్నారు కానీ, చేతివి అయిపోమనలేదు.

95. జీవితం మొత్తం మీద గురుస్థానమే విశిష్టమైనది. వారసత్వంగా అర్హుడైన వాడికి, దైవానికి ప్రతినిధిగా మరొకరికి విద్యను అందించటం కంటే ఉత్తమమైన అవకాశం లేదు.

96. దివ్యత్వం, అమరత్వం, అమృతత్త్వం - ఈ మూడు మనిషికి మాత్రమే సాధ్యం.

97. సర్వస్య శరణాగతియే ఉత్తమ సాధన. అహం రహిత స్థితియే మోక్షము.

98. దేహమే దేవాలయమైతే, నీలోని సాక్షిచైతన్యమే ఈశ్వరుడు.

99. సర్వవ్యాపకమైన, అవ్యవహారి అయిన నేనుకు రెండవది లేదు. కనుక భ్రాంతి లేదు.

100. శరీరం, ప్రాణం, మనసు, బుద్ధి ఒకే సూత్రం మీదికి తీసుకుని వచ్చినప్పుడు, ప్రాణశక్తి జాగృతమై మేల్కొంటుంది.

101. ఆంతరిక సన్యాసము కావాలి. ఆచార సన్యాసము కాదు.

102. సాధన యొక్క పరిణామం ఏమంటే, దేవుణ్ణి చూడాలి అని ప్రారంభమై, చూసేదంతా దేవుడే అని మిగులుతుంది.

103. చైతన్య వికాసం కలగాలంటే చేయవలసిన సాధనా క్రమము.

1. అధ్యయనము, 2. సాధన, 3. విచారణ, 4. జీవనము, 5. స్వానుభవ నిర్ణయము.

104. ఆకలి అనే వ్యాధికి ప్రకృతి ఇచ్చిన భిక్ష ఆహారమనే ఔషధం.

(భిక్షౌషధౌ భుజ్యతాం..... ఆది శంకరులు)

105. ఒక మూల విరాట్టును రూపొందించేటప్పుడు ఒక శిల్పి ఎంతగా కష్టపడతాడో, అంత జాగ్రత్తగా శిష్యుడ్ని తీర్చి దిద్దుతాడు గురువు. రేయింబవళ్ళు ప్రతి ఆలోచన, ప్రతి భావన, ప్రతి వ్యక్తీకరణ, సమదృష్టి, సమ దర్శనం, సత్వగుణం, స్వరూప జ్ఞానం స్థిరంగా నెలకొనేటట్లుగా దగ్గరుండి నడిపిస్తాడు. ఏ బలాన్ని వృద్ధిచేస్తే నీ బలహీనతలు లేకుండాపోతాయో, ఆ బలాన్ని వృద్ధి చేస్తాడు.

106. శరీరం, ప్రాణం, మనస్సు, బుద్ధి దేనివల్ల పనిచేస్తున్నాయో తెలుసుకోవటమే యోగం. కామం, క్రోధం, లోభం మూడూ బలపడితే మోహం. నాకే ఉంది అనటం మదం. మరెవ్వరికీ ఉండకూడదు అనేది మాత్సర్యం. ఈ ఆరు రకాలైన వికారాల వలన శరీర, ప్రాణ, మనో, బుద్ధులనే వజ్ర పంజరంలో 'నేను' బంధించబడుతోంది. జాగ్రత్తగా గమనించి, 'నేను' అనే సాక్షిని తెలుసుకున్నవాడు యోగి.

107. ప్రమాణ సహితమైన విచారణ చేసే విధానమునకు వివేకమని పేరు. వివేకము పొందాలంటే షట్ ప్రమాణ సహితమైన విచారణ చెయ్యాలి.

1. శబ్ద ప్రమాణము

2. అనుమాన ప్రమాణము

3. ప్రత్యక్ష ప్రమాణము

4. పరోక్ష ప్రమాణము

5. అనుపపత్తి ప్రమాణము

6. ఉపలబ్ది ప్రమాణము

షట్ప్రమాణములను విచారణకు విధిగా నిర్ణయించారు.

108. మానవుడు తనలో వున్నటువంటి ప్రాణశక్తి వ్యక్తీకరించబడాలీ అంటే, సహస్రారం నుంచీ మూలాధార కమలం వరకూ వ్యాపకమై వున్నటువంటి అంతర ఇడా, పింగళ, సుషుమ్న నాడుల యొక్క కేంద్ర నాడీ మండలం వికాసం చెందిన తరువాతే మిగిలినటువంటి సప్తధాతు నిర్మిత శరీరమంతా తయారవుతుంది తల్లిగర్భంలో.

109. శరీర ప్రాణ మనోబుద్ధులని స్వాధీన పరుచుకోవటం ఎట్లా అని ఆలోచించిన వాడు ముని. ప్రకృతి శక్తులని స్వాధీన పరచుకోవటం ఎట్లా.... నీలోవున్న శరీర ప్రాణ మనోబుద్ధి చైతన్యాలను ఉపయోగించి అని ఆలోచించినవాడు ఋషి. ఇవి స్వాధీనపడితే చైతన్యాన్ని స్వాధీనపరుచుకోవటం ఎట్లా అని బోధించినవాడు మహర్షి.

110. ఇంద్రియాలకు అవతల ఉన్నటువంటి ఆత్మను గ్రహించాలి అంటే సశక్తమైనటువంటి ఇంద్రియము బుద్ధి ఒక్కటే. మిగిలినవి ఏవీ సశక్తమైనవి కావు. ఎవరిలో అయితే ఈ బుద్ధి పూర్ణముగా వికసిస్తుందో, అది మాత్రమే తన నిజ బింబమైనటువంటి, చైతన్యము నందు సంయమించడానికి అర్హమైనటువంటి ఇంద్రియము.

111. త్రివేణీ సంగమంలో అంతర్వాహిని అయిన సరస్వతీదేవి సుషుమ్నానాడి. అంతర్ సుషుమ్నానాడిలో ఉన్న చైతన్య ప్రవాహమునకు హంస అని పేరు. అట్టి చైతన్య ప్రవాహం ఎవరి అధీనంలో ఉంటుందో ఆ దేవత సరస్వతి. మనస్సుని వాక్కుగా మలిచే శక్తి ఎవరికి గలదో, ఆ దేవత వాగ్దేవి.

112. సాధకులందరూ పురుషోత్తమ ప్రాప్తియోగాన్ని చదివి జీర్ణం చేసికొని ఆ భావాలతో జీవించాలి. జననం నుంచి మరణం లోపల ఏ అంశములోనూ మోహము లేకుండా, భావనామయ ప్రపంచానికి లొంగనివాడై, కూటస్థ స్థితి యందు నిలకడ చెందినవాడై, ఇచ్ఛా నిర్ణయములు లేక ఉండాలి.

113. బుద్ధి అనే బీరువా తలుపు తీయగానే పైపైన సర్దబడిన రజోగుణ, తమోగుణ, సత్వగుణములకు సంబంధించిన జ్ఞాపకాలన్నీ ముందు వచ్చేస్తాయి బయటకు. మీరు విచక్షణతో విచారణ చేసి, ఒక్క క్షణం ఆలోచించి, నిదానించి చూస్తే నేను సాక్షిని అనే జ్ఞాపకాలు బుద్ధిలోని అంతరాంతరాళాల్లో నుంచి బయటపడుతాయి.

114. ధర్మం అంటే ధారయతి ఇతి ధర్మః. మానవులందరూ కూడా ధర్మమే ఆచరించాలి. మనిషిగా ఆచరించాలి. పశువులకి మనుషులకి తేడా మనోబుద్ధులే. నిన్ను మనిషిని చేసింది మనోబుద్ధులే. కాబట్టి ఆ మనోబుద్ధులలో మాలిన్యం లేకుండా చేయడానికి ఏ ఆచరణైతే వుందో ఆ ఆచరణకి దర్మము అని పేరు.

115. సాధనతో కూడిన జీవితాన్ని జీవించాలి అనుకున్నప్పుడు, సాధనకు వ్యతిరేకమైన జీవితాన్ని మరల స్ఫురణకు తెచ్చుకోకూడదు. తెచ్చుకుంటే మరల క్రింద స్థాయికి పడిపోతున్నారు. మిమ్మల్ని బలవత్తరంగా లేపడానికి, గురువు తన శక్తి అంతా ఉపయోగించి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు.

116. ఎవరికైతే వాక్కు మీద సాధికారత ఉండి, వెనక్కి తీసుకోవటంలో స్వావలంబన సాధించిన వాడై ఉండి, దానిని మధ్యమ, వైఖరి, పశ్యంతికి వెనక్కి తీసుకోగల్గిన సమర్థత ఉన్నవారు అంగశశ్రూషకు అర్హులు. నీ శరీరం నుండి నీవు విడిపోయినట్లుగా చేయుటయే అంగ శుశ్రూష.

117. మనసు పరిధిలో స్థాయీ భేదాలు

- ఎవరికైతే జ్ఞానంతో పని వుంటుందో వారు సత్వగుణంలో వుంటారు.

- ఎవరికైతే విషయంతో పని వుంటుందో వారు రజోగుణంలో వుంటారు.

- ఎవరైతే ఆత్మస్తుతి, పరనిందతో, విమర్శతో కూడుకుని వుంటారో వారు తమోగుణంలో వుంటారు.

118. మూడు వాసనలు, మూడు గుణములు, మూడు అవస్థలు ఇలా మూడు మూడుగా ఉన్నవన్నీ ప్రాణమనోబుద్ధుల రూపంలో ఉన్నాయి. అదే సూక్ష్మశరీరం. సూక్ష్మశరీరం చేతిలో కీలుబొమ్మగా ఉంది స్థూలశరీరం. కాబట్టి స్థూలాన్ని పట్టుకుని వేలాడటం వ్యర్థం.

119. ఆనందంగా జరగాలి ఏ పనైనా, ఆనందంగా చేస్తేనే సులభంగా జరుగుతుంది. ఆనందంగా చేయని ఏ పనైనా జీవితంలో సంస్కరించదు. కష్టపడాలి. కానీ ఆనందం కష్టపడాలి. ఆనందం అనే లక్షణం. లేకపోతే మీ జీవితంలో అది ఎదుగుదలకు ఉపయోగపడదు.

120. మహాజ్ఞాని అని తెలియాలి అంటే..... జ్ఞానమనేది అన్నింటి మీద ప్రభావితం అవుతుంది. మాట, చేత, పలుకు, నిర్ణయం, జీవితం, మెలకువ, కల, నిద్ర, సమస్తం... జననం, మరణం కూడా... ఆ జ్ఞానం అనేది జనన మరణాలలో కూడా చెడిపోదు ఇక.

121. జ్ఞాతుం - ద్రష్టుం - ప్రవేష్టుం అనే మార్గంలో మనసుని ప్రయాణింప చేయాలి. అప్పుడు మనసు గురువైపోతుంది. వస్తువు నుండి లక్షణం, లక్షణం నుండి లక్ష్యానికి మారటంలో నాలుగు దశలు... జ్ఞాతుం - ద్రష్టుం - ప్రవేష్టుం - అధిగచ్ఛతి.

122. ఇంద్రియాలని, విషయాలని స్వాధీన పరచుకుంటే తప్ప దివ్యత్వాన్ని దర్శించలేవు. వ్యవహారం అన్నది మెలకువ, కల మరియు నిద్రలో కూడా ఉంది. ఈ మూడు వ్యవహారాలు తెలిసి సాక్షిగా వున్నవాడు ఆత్మ భావనలో నిలబడగలుగుతాడు.

123. జీవితంలో ఏ పని చేసినా 'నేను అనే చైతన్యాన్ని' గుర్తుపట్టాలి. బుద్ధి సాక్షిత్వంలో వుండాలి. అప్పుడు తయారు చేసింది వంట కాదు.... ప్రసాదం. చేసింది వ్యాపారం కాదు కర్తవ్యం.... మానవ జీవితంలో ఉత్తమమైన స్థాయి కర్తవ్యం.

124. క్షేత్రము

దివ్యత్వం చేత నింపబడిన దానికే క్షేత్రమని పేరు. ఒక క్షేత్ర దర్శనం చేసినప్పుడు ఒక మార్పు, ఒక పరిణామం, ఒక నిర్ణయం రావాలి. ఏ క్షేత్రానికి వెళ్ళినా, ఆ క్షేత్రంలో ఉన్నన దివ్యత్వ అనుభూతిని పొందాలి.

125. జ్ఞాని ఎప్పుడు ఎలా మాట్లాడాలి? సర్వకాల సర్వావస్థలలో వాడు ఏది నిర్ణయమై వున్నదో, ఆ నిర్ణయం మేరకే వ్యవహరించాలి. ఆత్మ జ్ఞాని, బ్రహ్మజ్ఞాని, సర్వకాల సర్వావస్థలలో తాను చేయగలను అంటే, చేయగలడు అంతే...!

126. సాధకుడు ఎంతగా మార్పు చెందాలంటే, గురువు దగ్గరకు వెళ్ళకుండానే, కేవలం గురువాక్యాన్ని అనుసరిస్తూ జీవిస్తూ ఉన్నందువల్ల, ఆ ఆర్తి ప్రభావం, సాధకునిలో కలిగే ఆ తపన గురువును మేల్కొల్పగలగాలి.

127. కర్మ, భక్తి, యోగ మార్గాలు జ్ఞానమార్గం అంత కఠినంగా వుండవు. నాకు జ్ఞానమే కావాలి, కైవల్యమే కావాలి అన్న వాళ్ళకి ఇది పనికొస్తుంది. అక్కడ తాత్కాలిక నియమాలు వుంటాయి. ఇక్కడ జీవితకాల నియమాలు వుంటాయి.

128. ఈ అనంత విశ్వము నీవే అయి వున్నావు. ఆ విశ్వరూపమే నీవై వుండగా, ఈ జానాబెత్తెడు ఉన్నటువంటి ఈ శరీరం నేనంటావేమిటి?

129. నీకు బలమైన లక్ష్యశుద్ధి వుండాలి. అది వుంటేనే 'ఇది కాదు' అని స్ఫురిస్తుంది. స్ఫురణ ద్వారా మేల్కొల్పబడుతావు. మేల్కొంటే అది లేకుండా పోతుంది. కలవంటిది కదా! కల ఎంతసేపుంటుంది? మేల్కొంటే పోతుంది. ఇది కూడా అంతే! నువ్వు శాస్త్ర వాక్యం చేతన్నా

మేల్కొల్ప బడాలి, గురువాక్యం చేతన్నా మేల్కొల్పబడాలి. అప్పుడే మేల్కొల్పబడ్డ తర్వాత వచ్చిన నూతనమైన జ్ఞానం. నూతనమైన బలం, పడిపోకుండా వుండగలిగే సామర్థ్యంతో వుంటావు.

130. మానవ సంబంధాలు లక్ష్యం దృష్ట్యా వుండాలి. 'నాతి చరామి' అంటే లక్ష్యం దాటి వ్యవహరించను అని. మానవ సంబంధాలన్నీ గురుశిష్య సంబంధాలుగా వుండాలి.

131. ఎమోషన్స్ ఆరు రకాలు కామము, క్రోధము, లోభము, మోహము, మదము, మాత్సర్యము ఈ ఆరు రకాల వికారాలు 'నేను'ని శరీరము, ప్రాణము, మనసు, బుద్ధి అనే వజ్ర పంజరములో బంధిస్తున్నాయి.

132. జీవితంలో పని ఒక భాగం మాత్రమే అనే సత్యాన్ని రోజూ వారీ జీవితంలో మరచిపోతున్నాము. దాని వల్ల జీవిత లక్ష్యమే మారిపోతున్నది. మానవుడు దేనికోసం పుట్టాడనే విచారణ చేసుకోవాలి.

133. ఈ అనంత విశ్వము నీవే అయివున్నావు. ఆ విశ్వరూపమే నీవై వుండగా, ఈ జానాబెత్తెడు ఉన్నటువంటి ఈ శరీరం నేనంటావేమిటి?

134. దయాళుం గురం, బ్రహ్మనిష్ఠం పశాన్తమ్, సమారాధ్య భక్త్యా విచారణ స్వరూపమ్, యదాప్నోతి తత్త్వం నిధిధ్యాస విద్వాన్ పరంబ్రహ్మ నిత్యం తదేవాహమస్మి ||

135. శరీరాన్ని, ఇంద్రియాలను, విషయాలను, జగత్తును అర్థం చేసుకొని.... వాటిని రాజువలె నడుపు, యజమాని వలె ఉండు అని భగవంతుడు మనకు ఆ శక్తి, సామర్థ్యాలు ఇచ్చి, మానవ ఉపాధిని ఇచ్చాడు.

136. పరా, పశ్యంతి, మధ్యమ, వైఖరి అనేవి శబ్ద రూపాలు. శబ్దం వెనక్కి తీసుకుంటే నాదం, నాదం వెనక్కి తీసుకుంటే మౌనం.

137.* ఈశ్వరుని యందు విశ్రాంతి స్థితికి ఈశ్వరుడిగా అవడానికి వెళ్తున్నావు అదీ నిద్ర అంటే. ఆయన యందు సమాధి నిష్ఠయే నిద్ర. అలాంటి భావంతో నిద్రకు ఉపక్రమించు.

138. వాక్ శుద్ధి, సిద్ధి కలిగిన వారు ఒక మాటంటే ఆ మాటని నిలబెట్ట వలసిన బాధ్యత పంచభూతాత్మకమైన ప్రకృతికి ఉంది. ఈశ్వర స్థితిలో ఉండి ఆశీర్వదించారు కనుక.

139. స్పష్టత, సరళతని ఆశ్రయించి సిద్ధి ఉంటుంది. సంశయ నివృత్తి చేసుకోవాలి. సరళమైన జీవితాన్ని గడుపుతూ, స్పష్టత గలిగి ఉన్నవారికి మాత్రమే ముక్తి సుసాధ్యం.

140. స్వభావము అంటే గుణత్రయవేదన. గుణత్రయ సంవేదనలకే స్వభావము అని పేరు. సత్వగుణంతో గాని, రజోగుణంతోగాని మనం పొందేటటువంటి భావనా పరమైనటువంటి

వేదనలకే స్వభావము అని పేరు. కాని నిజానికి మన యొక్క స్వభావం, 'సర్వవ్యాపీ స్వభావతః' - అంతటా వ్యాపకమై వున్నటువంటి సర్వమంతా, సృష్టంతా, విశ్వమంతా వ్యాపకమై వున్నటువంటి లక్షణమే స్వభావము. స్వభావాన్ని ఇలా అనుసంధానం చేయటానికి "బ్రహ్మాను సంధానం" అంటారు.

141. తనువులో తాను ఎక్కడున్నాడో పట్టుకోగలిగితే, జగత్తులో దేవుడు ఎక్కడున్నాడో పట్టుకోగలం. ఆ పట్టుకోగలగడమే తారకము.

142. మీలో అంతః స్ఫురణ మేల్కొంటే చాలు. మీ అంతరాత్మ మీతో మాట్లాడుతున్నదని అర్థం. గురువుకి, శిష్యునికి మధ్య వారధి అంతరాత్మయే!

143. కర్తవ్యం అంటే 'నేను కర్త కాదు, భోక్త కాదు' చెయ్యటం.

144. తన జీవితాన్ని తనకు తానుగా సంరక్షించుకోలేని ఆత్మ - వృక్ష సంతతిగాను,

తన జీవితాన్ని మాత్రం తానుగా సంరక్షించుకునే ఆత్మ - జంతుజాలం గాను,

తన జీవితంతో బాటుగా తన తోటి ప్రాణకోటిని కూడా సంరక్షించాలనే కరుణ, బుద్ధి కలిగిన ఆత్మ మానవుడిగాను, ఈ భూమి మీద జన్మిస్తున్నాయి. మానవ జన్మ సార్థకం అయ్యేది పరోపకారంతోనే.

ధర్మం - లౌకిక విషయం, జ్ఞానం - అలౌకిక విషయము.

145. ఓం మంగళం గురుదేవాయ, మహనీయ గుణాత్మనే, సర్వలోక శరణ్యాయ, సాధురూపాయ మంగళమ్!!

146. శ్రీ సమంచితమవ్యయం పరమ ప్రకాశమగోచరం, భేదవర్జితమప్రమేయ మనన్తమాద్యమ కల్మషం | నిర్మలం నిగమాన్తమద్వయ మప్రతర్క్యమబోధకం ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయేత్ గురుపాదుకాం ||